GOYA®

yuca
Cassava

Try GOYA*'s other Latin American Treats...*

CROQUETAS BURRITOS
GANDULES PAPA RELLENA

TAMALES EMPANADAS
ALCAPURRIAS TOSTONES

INSTRUCCIONES PARA COCINAR:
1. Hierva suficiente agua para cubrir la yuca.
2. Ponga el contenido con sal en el agua hirviendo y cocine entre 15 a 30 minutos o hasta que la yuca esté suave.
3. Escurra y sirva.

COOKING INSTRUCTIONS:
1. Boil enough water to cover the quantity of yuca that you will prepare.
2. Add contents with salt to boiling water and cook between 15 to 30 minutes or until tender.
3. Drain and serve.

MICROONDA:
1. Ponga el contenido en un recipiente con agua y sal y cocine durante 15 a 20 minutos o hasta que la yuca esté suave.
2. Escurrir y sazonar al gusto.

MICROWAVE:
1. Place contents in bowl full of water with salt and cook in microwave between 15 to 20 minutes or until tender.
2. Drain and season to taste.

DISTRIBUTED BY/IMPORTADOR
GOYA®
DE PUERTO RICO, INC.
CALL BOX 60-1467 BAYAMON,
PUERTO RICO 00621-6067
GOYA® FOODS, INC.

0 41331 09051 3

MANTENGASE CONGELADA
(KEEP FROZEN)

PRODUCT OF
INDONESIA

GOYA FOODS INC.
SECAUCUS. N.J. 07096 U.S.A.
DISTRIBUTOR

Nutrition Facts/Datos De Nutrición

Serving Size/Tamaño por Ración 1 cup/1 taza(206g)
Servings Per Container/Raciones por Envase 11

Amount Per Serving/Cantidad por Ración

Calories/Calories 330 Calories from Fat/Calorías de Grasa 5

	% Daily Value*/% Valor Diario*
Total Fat/Grasa Total 0.6g	1%
Saturated Fat/Grasa Saturada 0.2g	1%
Trans Fat/Grasa Trans 0g	
Cholesterol/Colesterol 0mg	0%
Sodium/Sodio 29mg	1%
Total Carbohydrate/Carbohidrato Total 78g	26%
Dietary Fiber/Fibra Dietética 4g	15%
Sugars/Azúcares 4g	
Protein/Proteinas 3g	

Vitamin/Vitamina A 1% • Vitamin/Vitamina C 71%
Calcium/Calcio 3% • Iron/Hierro 3%

* Percent Daily Values are based on a 2,000 calorie diet. Your daily values may be higher or lower depending on your calorie needs:

*Los porcentajes de Valores Diarios están basados en una dieta de 2,000 calorías. Sus valores diarios pueden ser mayores o menores dependiendo de sus necesidades calóricas:

	Calories/Calorías	2,000	2,500
Total Fat/Grasa Total	Less than/Menos de	65g	80g
Satured Fat/Grasa Saturada	Less than/Menos de	20g	25g
Cholesterol/Colesterol	Less than/Menos de	300mg	300mg
Sodium/Sodium	Less than/Menos de	2,400mg	2,400mg
Total Carbohydrate/Carbohidrato Total		300g	375g
Dietary Fiber/Fibra Dietetica		25g	30g